

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO – ESCOLAS SEM REVEZAMENTO DE TURMAS

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

| | 2ª FEIRA 02/08 | 3ª FEIRA 03/08 | 4ª FEIRA 04/08 | 5ª FEIRA 05/08 | |
|--|---|---|--|---|---------------------------|
| Refeição | -Feijão -Arroz colorido (ovo mexido/cozido + cenoura ralada + tempero verde) -Laranja *Pré preparo moranga (higienizar,picar,congelar) | -Feijão -Carreteiro de frango -Chuchu *Pré preparo moranga (higienizar,picar,congelar) | -Feijão -Massa com molho caseiro de tomate e frango -Alface -Maçã *Pré preparo moranga (higienizar,picar,congelar) | -Feijão -Arroz -Carne moída de frango na moranga amarela refogada | REMOTO |
| Análise Nutricional (Média Semanal) | Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 375 | Carboidratos (g) 57 | Proteínas (g) 14 | Lipídios (g) 10 |
| | Idade 11-15 anos | Energia (Kcal) 472 | Carboidratos (g) 70 | Proteínas (g) 18 | Lipídios (g) 12 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Alice Magagnin Neves
Nutricionista



Adriana Rech
Nutricionista
CRN: 7091



Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN: 6871

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO – ESCOLAS SEM REVEZAMENTO DE TURMAS

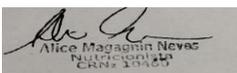
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

| | 2ª FEIRA 09/08 | 3ª FEIRA 10/08 | 4ª FEIRA 11/08 | 5ª FEIRA 12/08 | |
|--|---|---|---|---|---------------------------|
| Refeição | -Feijão -Massa com molho caseiro de tomate e atum - Cenoura ralada -Mamão picado (pode servir em caneca) | -Sanduíche tipo pastel (pão massinha, moída frango, ovo, tempero verde) -Batida de maçã (sem açúcar) | -Sanduíche com patê de frango (pão massinha, moída frango, maionese caseira de leite+tomate picado) -Batida de maçã -Banana | -Feijão -Arroz -Carne tipo pastel (moída frango, ovo cozido picado, tempero verde) -Beterraba ralada | REMOTO |
| Análise Nutricional (Média Semanal) | Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 354 | Carboidratos (g) 47 | Proteínas (g) 14 | Lipídios (g) 11 |
| | Idade 11-15 anos | Energia (Kcal) 477 | Carboidratos (g) 69 | Proteínas (g) 19 | Lipídios (g) 14 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Adriana Inhaia Rech
Nutricionista
CRN 7091



Cintia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO – ESCOLAS SEM REVEZAMENTO DE TURMAS

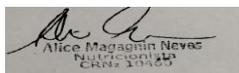
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

| | 2ª FEIRA 16/08 | 3ª FEIRA 17/08 | 4ª FEIRA 18/08 | 5ª FEIRA 19/08 | |
|--|--|---|--|---|---------------------------|
| Refeição | - Feijão/lentilha - Massa colorida (massa óleo e alho com ovo cozido/mexido com cenoura ralada e tempero verde) - Banana | - Feijão/lentilha - Carreteiro de cubos de gado - Salada de repolho refogado - Bergamota | - Feijão/lentilha - Arroz - Escondidinho de batata doce com moída de gado - Salada de cenoura | - Feijão/lentilha - Arroz - Moída de frango com molho caseiro de tomate - Aipim cozido | REMOTO |
| Análise Nutricional (Média Semanal) | Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 378 | Carboidratos (g) 53 | Proteínas (g) 13 | Lipídios (g) 12 |
| | Idade 11-15 anos | Energia (Kcal) 507 | Carboidratos (g) 77 | Proteínas (g) 19 | Lipídios (g) 13 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN: 7091



Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN: 6871

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO - ESCOLAS SEM REVEZAMENTO DE TURMAS

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

| | 2ª FEIRA 23/08 | 3ª FEIRA 24/08 | 4ª FEIRA 25/08 | 5ª FEIRA 26/08 | |
|--|---|---|---|--|-------------------------------|
| Refeição | - Feijão/lentilha - Arroz - Ovo mexido/omelete - Repolho roxo - Laranja | - Feijão/lentilha - Arroz - Moída de gado na moranga amarela - Beterraba ralada - Maçã | - Feijão/lentilha - Massa bolonhesa (molho caseiro de tomate com moída de gado) - Salada de cenoura cozida | - Feijão/lentilha - Carreteiro de cubos de gado - Repolho verde ralado | REMOTO |
| Análise Nutricional (Média Semanal) | Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 373 | Carboidratos (g) 54 | Proteínas (g) 14 | Lipídios (g) 10 |
| | Idade 11-15 anos | Energia (Kcal) 491 | Carboidratos (g) 71 | Proteínas (g) 19 | Lipídios (g) 13 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO - ESCOLAS SEM REVEZAMENTO DE TURMAS

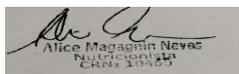
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

| | 2ª FEIRA 30/08 | 3ª FEIRA 31/08 | 4ª FEIRA 01/09 | 5ª FEIRA 02/09 | |
|--|---|--|---|---|---------------------------|
| Refeição | - Feijão/lentilha - Arroz colorido (ovo mexido/cozido + tomate picado + tempero verde) - Maçã | - Feijão/lentilha - Arroz - Estrogonofe de gado - Chuchu picado - Banana | - Feijão/lentilha - Arroz - Carreteiro de moída de gado - Moranga amarela refogada | - Feijão/lentilha - Arroz - Carne de panela com batata inglesa picada - Cenoura cozida | REMOTO |
| Análise Nutricional (Média Semanal) | Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 367 | Carboidratos (g) 54 | Proteínas (g) 13 | Lipídios (g) 10 |
| | Idade 11-15 anos | Energia (Kcal) 502 | Carboidratos (g) 74 | Proteínas (g) 19 | Lipídios (g) 13 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091



Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN 6871

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

* Cardápio sujeito a alterações

** Valores de referência de acordo com a resolução 06 de 08 de maio de 2020/FNDE.

| | | | | | |
|------------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|--------------------|-------------------|
| Análise Nutricional (Média Mensal) | Recomendações nutricionais para Idade 6-10 anos | Energia (Kcal) 329 | Carboidratos 45-53 | Proteínas 8-12 | Lipídios 9-13 |
| | Recomendações Nutricionais para Idade 10-15 anos | Energia (Kcal) 473 | Carboidratos 65-77 | Proteínas 12-18 | Lipídios 13-18 |
| | Recomendações nutricionais para Idade 19-30 anos (eja) | Energia (Kcal) 477 | Carboidratos 66-77 | Proteínas 12-18 | Lipídios 8-16 |
| | Recomendações Nutricionais para Idade 31-60 anos (eja) | Energia (Kcal) 459 | Carboidratos 63-75 | Proteínas 11-17 | Lipídios 8-15 |

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091



Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN 6871

